

به نام خداوند بخشنده مهربان

درک رشد حرکتی

اطفال، کودکان، نوجوانان، بزرگسالان

(ویراست هشتم ۲۰۲۱)

تألیف:

جکالین دی. گودوی

جان سی. اورمون

دیوید ال. گالاهو

مترجم:

دکتر علی حسین ناصری

نشر علم و حرکت

سرشناسه	: گودوی، جکی Goodway, Jackie
عنوان و نام پدیدآور	: درک رشد حرکتی: اطفال، کودکان، نوجوانان، بزرگسالان / تألیف جککلین دی. گودوی، جان سی. اوزمون، دیوید ال. گالا هو؛ ترجمه علی حسین ناصری؛ ویراستار ادبی نسرین حسنی.
مشخصات نشر	: تهران: علم و حرکت، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۶۹۴ ص.: مصور، جدول.
شابک	: ISBN: 978-964-5547-20-0
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا.
یادداشت	: عنوان اصلی: Understanding Motor Development-Infants, Children, Adolescents, Adults, 8th ed. 2021
یادداشت	: در ویراستهای قبلی دیوید ال. گالا هو سرشناسه است.
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: مهارت های حرکتی در کودکان Motor ability in children
موضوع	: مهارت های حرکتی Motor ability
موضوع	: تربیت بدنی کودکان Physical education for children
شناسه افزوده	: اوزمون، جان سی.، ۱۹۵۸- م. Ozmun, John C.
شناسه افزوده	: گالا هو، دیوید ال.، ۱۹۴۳- م. Gallahue, David L.
شناسه افزوده	: ناصری، علی حسین ۱۳۵۶-، مترجم
رده بندی کنگره	: RJ۱۳۳
رده بندی دیویی	: ۱۵۲/۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۵۴۵۳۱



تهران: سه راه طالقانی، خیابان خواجه نصیر، خیابان شهید مقدم، پلاک ۷۴، طبقه دوم
تلفن: ۷۷۵۲۵۶۸۴ | فاکس: ۷۷۶۳۲۷۰۹

www.elmoharekat.com
ElmoHarekat

info@elmoharekat.com
@ElmoHarekat

درک رشد حرکتی (اطفال، کودکان، نوجوانان، بزرگسالان) (ویراست هشتم ۲۰۲۱)

جککلین دی. گودوی، جان سی. اوزمون، دیوید ال. گالا هو

مترجم: دکتر علی حسین ناصری

ویراستار ادبی: نسرین حسنی

حروف نگار و صفحه آرا: فیروزه خسروشعار

طراح جلد: افسانه انتظاری

نشر علم و حرکت؛ ناشر همکار: نشر آونگ

چاپ اول، ۱۴۰۱ - تعداد ۲۵۰ نسخه

«همه حقوق برای ناشر محفوظ است»

قیمت ۲۲۵۰۰۰ تومان

ISBN: 978-964-5547-20-0

شابک ۹۷۸-۹۶۴-۵۵۴۷-۲۰-۰

پیشگفتار مترجم

بدیهی است هر جامعه‌ای برای رسیدن به رشد و توسعه همه جانبه، نیاز به شکوفایی و بالندگی در همه زمینه‌ها و به‌ویژه رشته‌های مختلف علمی دارد. اما با توجه به توسعه فناوری و فقر حرکتی در جامعه، توجه به رشته تربیت بدنی بیش از پیش مطرح شده است. بنابراین استفاده از دانش و علوم به‌روز دنیا می‌تواند ما را در رسیدن به رشد همه جانبه یاری نماید.

رفتار حرکتی یکی از گرایش‌های مهم تربیت‌بدنی است که به سه زیر شاخه اصلی (رشد حرکتی، کنترل و یادگیری حرکتی) تقسیم می‌شود. کتاب حاضر که حاصل تلاش ارزنده سه تن از استادان معتبر این گرایش (جکلین دبی، گودوی، جان سی. اوزمون و دیوید ال. گالاگو) است، در زمینه شاخه رشد حرکتی نوشته شده است. این کتاب، یکی از معتبرترین و جامع‌ترین کتاب در حیطه رشد حرکتی است و یکی از نیازهای مبرم دانشجویان تحصیلات تکمیلی در این گرایش است. ترجمه حاضر از آخرین ویرایش این کتاب (ویرایش هشتم، ۲۰۲۱) است. در این ترجمه سعی نمودم تا واژه‌های مناسب را با مشورت با اساتید و دانشجویان محترم، جایگزین کرده‌ام. مشکلات موجود در ترجمه‌های متون قبلی را برطرف نمایم. بنابراین توجه داشته باشید که بعضی واژه‌ها یا واژه‌های رایج در ترجمه‌های قبلی متفاوت است. همچنین تلفظ برخی از اسامی دانشمندان نیز مغایر با ترجمه‌های متون قبلی است. بنابراین برای ارجاع دانشجویان به منابع موثق، لازم می‌دانم به اسامی فرهنگ لغات و منابع استفاده شده برای جایگزینی واژه‌ها و تلفظ اسامی افراد اشاره کنم:

- فرهنگ توصیفی انجمن روان‌شناسی آمریکا، ترجمه: حسین احدی و همکاران (۱۳۹۱)، تهران: ارس.
- مجیدی فربرز (۱۳۸۸)، فرهنگ تلفظ نام‌های خاص، تهران: فرهنگ معاصر.
- پورممتاز علیرضا، مدرسی تهرانی شهره (۱۳۸۴)، واژه‌نامه ورزش، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، سازمان چاپ و نشر.
- برهانی محمدنقی و همکاران (۱۳۸۱)، واژه‌نامه روان‌شناسی و زمینه‌های وابسته، تهران: فرهنگ معاصر.
- خواجه‌ی داریوش (۱۳۸۴)، فرهنگ انگلیسی فارسی تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران: سبیکه.

در پایان بر خود وظیفه می‌دانم از استادانم در دوره دکتری رفتار حرکتی دانشگاه خوارزمی (مرحوم دکتر احمد فرخی، دکتر عباس بهرام، دکتر حسن خلجی، دکتر شجاعی، دکتر دانشور، دکتر صالحی، دکتر فارسی و دکتر فقیه‌زاده) تشکر و قدردانی نمایم. همچنین از خانم نسرین حسینی به دلیل دقت و وسواس در ویراستاری ادبی این اثر، کمال تشکر و قدردانی را دارم. تا حد امکان سعی نمودم با توجه به بضاعت کم، ترجمه روان و صحیح را در اختیار علاقه‌مندان قرار دهم، اما پرواضح است که ترجمه چنین کتاب ارزشمند و ثقیل، عاری از اشکال نیست، بنابراین در جهت رفع آنها از اساتید و دانشجویان محترم این گرایش استمداد می‌طلبم.

با سپاس و احترام

دکتر علی حسین ناصری

تابستان ۱۴۰۰

ali_nascri1356@yahoo.com

www.ketab.ir

فهرست مطالب

- پیشگفتار، ۱۳
- ویژگی‌های این کتاب، ۱۸
- درباره مؤلفان، ۲۰
- تقدیر و تشکر، ۲۱
- مرورکنندگان، ۲۱

بخش اول: مقدمه

دیدگاه‌های مفهومی رشد، ۶۲	فصل ۱: درک رشد حرکتی: مروری بر ۲۳
نظریه مرحله - دوره، ۶۳	مطالعه فرایندهای رشد در طول عمر، ۲۶
نظریه تکلیف رشدی، ۶۵	تاریخچه رشد حرکتی، ۲۸
نظریه شاخص (رفتار برجسته) رشدی، ۶۵	روش‌های مطالعه رشد، ۳۲
نظریه بوم‌شناختی، ۶۶	طبقه‌بندی‌های سنی رشد، ۳۶
شاخه زمینه رفتار، ۷۱	واژه‌شناسی مورد استفاده در رشد حرکتی، ۳۹
پردازش اطلاعات، ۷۵	نمو و رشد، ۳۹
دو دیدگاه برجسته رشد انسان، ۷۶	حوزه‌های رفتاری، ۴۰
اریک اریکسون، ۷۸	حیطه روانی - حرکتی، ۴۲
ژان پیاژه، ۸۳	آشکال حرکتی، ۴۴
خلاصه، ۹۰	طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی، ۴۶
سوالاتی برای تأمل، ۹۰	طرح‌های یک بُعدی، ۴۶
خوانندنی‌های مهم، ۹۱	مدل‌های دو بُعدی، ۴۹
	طرح‌های چند بُعدی، ۵۳
	خلاصه، ۵۴
	سوالاتی برای تأمل، ۵۵
	خوانندنی‌های مهم، ۵۵
فصل ۳: رشد حرکتی: مدل‌های نظری ۹۳	فصل ۲: مدل‌های رشد انسان ۵۷
توصیف و تبیین رشد حرکتی، ۹۴	مدل‌های نظری رشد انسان، ۵۸
مراحل رشد حرکتی، ۹۶	
مرحله حرکت بازتابی، ۹۷	
مرحله حرکت ابتدایی، ۱۰۰	
مرحله حرکت بنیادی، ۱۰۱	

دوره‌های حساس و بحرانی یادگیری، ۱۲۷
تفاوت‌های فردی، ۱۲۹
پدیدآیی نوعی و پدیدآیی فردی، ۱۳۰
عوامل درون محیطی، ۱۳۱
پیوند عاطفی، ۱۳۲
تحریک و محرومیت، ۱۳۳
عوامل تکلیفی- فیزیکی، ۱۳۶
زودرسی، ۱۳۷
اختلالات خوردن، ۱۴۰
چاقی و اضافه وزن، ۱۴۱
سطوح آمادگی بدنی، ۱۴۷
بیومکانیک، ۱۴۹
خلاصه، ۱۵۲
سؤالاتی برای تأمل، ۱۵۳
خواندنی‌های مهم، ۱۵۳

مرحله حرکت تخصصی، ۱۰۴
ساعت شنی مثلثی: یک مدل طول عمری، ۱۰۷
کوه رشد حرکتی، ۱۱۳
خلاصه، ۱۱۷
سؤالاتی برای تأمل، ۱۱۸
خواندنی‌های مهم، ۱۱۹
فصل ۴: عوامل منتخب مربوط به رشد ۱۲۱
حرکتی
عوامل درون فردی، ۱۲۲
جهت رشد، ۱۲۳
میزان (سرعت) رشد، ۱۲۴
درهم‌آمیختگی متقابل، ۱۲۴
آمادگی، ۱۲۶

بخش دوم: طفولیت

عقودت انگلی، ۱۷۹
تشخیص و درمان بیش از تولد، ۱۷۹
فعالیت شدید در طول بارداری، ۱۸۱
عوامل فرایند تولد، ۱۸۲
مدخل تولد، ۱۸۳
خلاصه، ۱۸۴
سؤالاتی برای تأمل، ۱۸۵
خواندنی‌های مهم، ۱۸۵

فصل ۵: عوامل پیش از تولد مؤثر بر رشد . ۱۵۵
عوامل تغذیه‌ای و شیمیایی، ۱۵۷
سوء تغذیه پیش از تولد، ۱۵۸
داروهای مادری رایج، ۱۵۹
داروهای مادری ضروری، ۱۶۱
الکل و تنباکو، ۱۶۳
عوامل ارثی، ۱۶۶
اختلالات کروموزوم محور، ۱۶۷
اختلالات ژن محور، ۱۶۸
عوامل محیطی، ۱۷۲
پرتوافکنی، ۱۷۲
آلاینده‌های شیمیایی، ۱۷۳
مشکلات پزشکی، ۱۷۳
بیماری‌ها/ عفونت‌های ناقل مقاربتی، ۱۷۴
عفونت‌های مادری، ۱۷۵
ناسازگاری R.H، ۱۷۷
بارداری در نوجوانی، ۱۷۸

فصل ۶: رشد پیش از تولد و طفولیت ۱۸۷
نمو قبل از تولد، ۱۸۸
دوره زیگوتی یا تخمک بارور شده (از لقاح تا، ۱۸۹
۱ هفته اول)
دوره رویانی (هفته دوم تا ماه دوم)، ۱۹۰
دوره جنینی اولیه (ماه سوم تا ماه ششم)، ۱۹۱
دوره جنینی پایانی (ماه هفتم تا ماه نهم)، ۱۹۳

فصل ۸: توانایی‌های حرکتی ابتدایی ۲۲۵

- مطالعه رشد حرکتی طفل، ۲۲۷
- پایداری، ۲۲۹
- کنترل سر و گردن، ۲۳۰
- کنترل تنه، ۲۳۰
- نشستن، ۲۳۱
- ایستادن، ۲۳۱
- جابه‌جایی، ۲۳۳
- سینه‌خیز رفتن، ۲۳۳
- چهار دست‌وپا رفتن، ۲۳۴
- گام‌برداری قائم، ۲۳۵
- دستکاری، ۲۳۶
- دست‌رسی، ۲۳۷
- چنگ زدن، ۲۳۷
- رها کردن، ۲۳۸
- برنامه‌های ویژه برای اطفال، ۲۳۹
- برنامه‌های آبی اطفال، ۲۴۲
- ارزیابی حرکتی در طفولیت، ۲۴۳
- خلاصه، ۲۴۴
- سؤالاتی برای تأمل، ۲۴۵
- خواندنی‌های مهم، ۲۴۵

فصل ۹: ادراک طفل ۲۴۷

- مدل‌های مطالعه ادراک طفل، ۲۴۹
- ادراک بینایی، ۲۵۲
- حساسیت تباین (کنتراست)، ۲۵۴
- تیزبینی، تطابق و بینایی پیرامونی، ۲۵۵
- دید دو چشمی، تثبیت و ردیابی، ۲۵۶
- ادراک عمق، ۲۵۸
- ادراک رنگ، ۲۶۰
- ادراک شکل، ۲۶۱
- ادراک شنوایی، بینایی، چشایی و لامسه‌ای، ۲۶۲
- خلاصه، ۲۶۶
- سؤالاتی برای تأمل، ۲۶۶
- خواندنی‌های مهم، ۲۶۷

نمو (طفل)، ۱۹۳

- دوره نوزادی (تولد تا ۴ هفتگی)، ۱۹۵
- طفولیت اولیه (۴ هفتگی تا ۱ سالگی)، ۱۹۷
- طفولیت پایانی (۱ تا ۲ سالگی)، ۲۰۰
- خلاصه، ۲۰۱
- سؤالاتی برای تأمل، ۲۰۲
- خواندنی‌های مهم، ۲۰۲

فصل ۷: بازتاب‌های دوران طفولیت و ۲۰۳

- رفتار بازتابی و حرکت ارادی، ۲۰۵
- تشخیص اختلالات سیستم عصبی مرکزی، ۳۰۶
- بازتاب‌های ابتدایی، ۳۰۸
- بازتاب مورو و یگه خوردن، ۲۰۸
- بازتاب جستجو و مکیدن، ۲۰۹
- بازتاب دست - دهان، ۲۱۱
- بازتاب گرفتن کف دستی، ۲۱۱
- بازتاب‌های بابینسکی و گرفتن کف پای، ۲۱۲
- بازتاب‌های تونیک گردنی متقارن و نامتقارن، ۲۱۲
- بازتاب‌های قامتی، ۲۱۴
- بازتاب‌های راست کردن بینایی و لایبرنتی، ۲۱۴
- بازتاب بالا کشیدن بدن، ۲۱۵
- بازتاب‌های چترنج‌جات و حمایت از بدن، ۲۱۵
- بازتاب راست کردن بدن و گردن، ۲۱۶
- بازتاب سینه‌خیز رفتن، ۲۱۷
- بازتاب گام‌برداری ابتدایی، ۲۱۷
- بازتاب شنا کردن، ۲۱۸
- رفتارهای قالبی موزون، ۲۱۸
- ران و ساق‌ها و پاها، ۲۲۰
- تنه، ۲۲۰
- بازوها، دست‌ها و انگشتان، ۲۲۱
- سر و صورت، ۲۲۱
- خلاصه، ۲۲۲
- سؤالاتی برای تأمل، ۲۲۲
- خواندنی‌های مهم، ۲۲۳

بخش سوم: کودکی

گرفتن، ۳۲۵	
شوت کردن، ۳۳۷	
شوت سر ضرب، ۳۴۳	
ضربه با دست، ۳۴۷	
غلطاندن، ۳۵۴	
خلاصه، ۳۵۷	
سؤالاتی برای تأمل، ۳۵۸	
خواندنی‌های مهم، ۳۵۹	
فصل ۱۲: رشد حرکت بنیادی: ۳۶۱	
مهارت‌های جابه‌جایی	
رشد مهارت‌های جابه‌جایی، ۳۶۳	
دویدن، ۳۶۳	
پیش‌نیازهای دویدن، ۳۶۶	
روندگان پیشرفته، ۳۶۶	
رشد دویدن، ۳۶۷	
مقیاس‌های تکمیلی دویدن، ۳۷۰	
قیود در دویدن، ۳۷۰	
چهارنعل رفتن و سر خوردن، ۳۷۲	
پیش‌نیازهای چهارنعل رفتن و سر خوردن، ۳۷۲	
چهارنعل رونندگان پیشرفته، ۳۷۳	
رشد چهارنعل رفتن، ۳۷۴	
سکسکه دویدن، ۳۷۶	
پیش‌نیازهای سکسکه دویدن، ۳۷۶	
سکسکه رونندگان پیشرفته، ۳۷۷	
رشد سکسکه دویدن، ۳۷۷	
پریدن، ۳۸۰	
پیش‌نیازهای پریدن، ۳۸۰	
پرش‌کننده ماهر، ۳۸۱	
رشد پرش طول، ۳۸۲	
لی‌لی کردن، ۳۸۸	
پیش‌نیازهای لی‌لی کردن، ۳۸۹	

فصل ۱۰: نمو و رشد کودکی ۲۶۹	
نمو در کودکی اولیه، ۲۷۰	
رشد در کودکی اولیه، ۲۷۵	
ویژگی‌های رشد حرکتی و جسمانی، ۲۷۷	
ویژگی‌های رشد شناختی، ۲۷۸	
ویژگی‌های رشد عاطفی، ۲۷۹	
کاربردهایی برای برنامه حرکتی - رشدی، ۲۷۹	
نمو در کودکی پایانی، ۲۸۰	
رشد در کودکی پایانی، ۲۸۲	
ویژگی‌های رشد جسمانی و حرکتی، ۲۸۲	
ویژگی‌های رشد شناختی، ۲۸۳	
ویژگی‌های رشد عاطفی، ۲۸۴	
کاربردهایی برای برنامه حرکتی رشدی، ۲۸۴	
عوامل مؤثر بر نمو و رشد کودکی، ۲۸۶	
تغذیه، ۲۸۶	
ورزش و آسیب، ۲۸۸	
بیماری و شرایط آب‌وهوا، ۲۹۰	
روندهای تغییر نسلی، ۲۹۱	
خلاصه، ۲۹۱	
سؤالاتی برای تأمل، ۲۹۲	
خواندنی‌های مهم، ۲۹۲	
فصل ۱۱: رشد حرکت بنیادی: ۲۹۳	
مهارت‌های دستکاری	
اهمیت مهارت‌های حرکتی بنیادی، ۲۹۶	
مدل مسیر رشدی، ۲۹۶	
درک رشد مهارت‌های حرکتی بنیادی (FMS)، ۳۰۰	
توالی‌های رشد مهارت حرکتی بنیادی، ۳۰۰	
نظریه سیستم‌های پویا و مراحل مهارت‌های، ۳۰۲	
حرکتی بنیادی (FMS)	
مهارت‌های دستکاری، ۳۰۳	
پرتاب کردن، ۳۰۵	

خواندنی‌های مهم، ۴۳۰

فصل ۱۴: رشد ادراکی - حرکتی و ۴۳۱

مداخله‌های مهارت حرکتی

رشد ادراکی در کودکی، ۴۳۳

تیزبینی، ۴۳۵

ادراک شکل - زمینه، ۴۳۷

ادراک عمق، ۴۳۸

هماهنگی بینایی - حرکتی، ۴۳۹

تمرین ادراکی، ۴۴۱

رشد ادراکی - حرکتی در کودکان، ۴۴۱

اصطلاح «ادراکی - حرکتی» چیست؟، ۴۴۳

مؤلفه‌های ادراکی - حرکتی، ۴۴۴

آگاهی بدنی، ۴۴۴

آگاهی فضایی، ۴۴۵

آگاهی جهتی، ۴۴۶

آگاهی زمانی، ۴۴۷

فعالیت‌های ادراکی - حرکتی، ۴۴۹

مداخله در مهارت‌های حرکتی کودکان، ۴۵۱

کم‌سن‌سال

تاخیرهای رشدی و تفاوت‌های جنسی در، ۴۵۱

مهارت‌های حرکتی بنیادی

آموزش حس جنبشی موفق برای پیش‌دبستانی‌ها، ۴۵۵

محتوای برنامه آموزش حس حرکتی موفق برای، ۴۵۹

پیش‌دبستانی‌ها

تحقیق مداخله مهارت حرکتی، ۴۶۳

چارچوب نظری برای مداخله‌های مهارت حرکتی، ۴۶۵

منطقه/کشور مطالعات، ۴۶۶

مقدار مصرف - پاسخ: چه مقدار مداخله کافی، ۴۶۶

است؟

رویکردهای تعلیم‌وتربیتی برای مداخله مهارت، ۴۶۸

حرکتی - معلم محور در مقابل دانش‌آموز محور

انواع کاربران متفاوت آموزش‌های مهارت حرکتی، ۴۷۰

صحت به کارگیری، ۴۷۱

ارائه بازخورد به یادگیرنده، ۴۷۳

اندازه‌های اثر: اندازه‌گیری اثربخشی مداخله، ۴۷۳

لی‌لی کنندگان ماهر، ۳۸۹

رشد لی‌لی کردن، ۳۹۰

رهنمودهای ملی و مهارت‌های حرکتی بنیادی، ۳۹۴

استاندارد ۱، ۳۹۴

ارزیابی مهارت‌های حرکتی بنیادی، ۳۹۷

آزمون رشد حرکتی درشت (TGMD)، ۳۹۸

مجموعه ارزیابی حرکتی کودکان ۲، ۳۹۹

نسخه دوم مقیاس رشد حرکتی پی‌یادی، ۳۹۹

آزمون تبحر حرکتی بروینسکی - اوزر تسکی، ۴۰۰

توالی‌های رشدی، ۴۰۰

کدام آزمون؟، ۴۰۱

خلاصه، ۴۰۱

سؤالاتی برای تأمل، ۴۰۲

خواندنی‌های مهم، ۴۰۲

فصل ۱۳: رشد جسمانی کودکان ۴۰۳

آمادگی بدنی مرتبط با سلامتی، ۴۰۵

استقامت هوازی یا قلبی - عروقی، ۴۰۵

قدرت عضلانی، ۴۰۹

استقامت عضلانی، ۴۱۱

انعطاف‌پذیری مفصلی، ۴۱۲

ترکیب بدنی، ۴۱۳

تمرین آمادگی بدنی کودکان، ۴۱۴

تمرین هوازی، ۴۱۵

تمرین قدرتی، ۴۱۶

تمرین انعطاف‌پذیری، ۴۱۹

آمادگی بدنی مرتبط با تندرستی و، ۴۲۰

توانایی‌های حرکتی

آمادگی بدنی مرتبط با اجرا، ۴۲۱

هماهنگی، ۴۲۲

تعادل، ۴۲۴

سرعت، ۴۲۶

چابکی، ۴۲۷

توان، ۴۲۸

خلاصه، ۴۲۹

سؤالاتی برای تأمل، ۴۳۰